

Samlet aktivitetskalender for konkurrenceafdelingen i Horsens Svømmeklub sæson 2022/2023

Mdr/Dato	Aktivitet		HS Elite	HS1	Årgang A	Årgang B	Årgang C	HS Sprint	Masters
02.01.23	Normal træning begynder igen	Horsens	X	X	X	X	X	X	X
03.01.23	Workshop om madpakkeideer (Ernæring)	Horsens			X				
06.-08.01.23	National årgangssamling	Herning			Kvalificerede				
07.01.23	Midt Øst Cup 3	Aarhus	X	X	X	X	X	X	
16.01.23	Oplæg om spændingsregulering (Sportpsyk.)	Horsens			X				
19.01.23	Opstartsmøde for konkurrenceafdelingen	Horsens	X	X	X	X	X	X	
20.-22.01.23	Vejle Swim Cup	Vejle			X				
27.-29.01.23	Skagerrak Swim	Kristianssand	X	X					
03.-05.02.23	DM årgang kortbane	Esbjerg			Kvalificerede				
07.02.23	Sportspsykologi i praksis (Sportpsyk.)	Horsens	X	X					
08.02.23	Horsens Kommunes Idrætsprisshow	Horsens	Prismodtagere	Prismodtagere	Prismodtagere	Prismodtagere			
09.-21.02.23	Træningslejr i udlandet	Tyrkiet	X	X					
24.-26.-02.23	Dronning Dorothea Cup	Kolding					X		
25.02.23	Distancestævne	Herning	(X)	X	X	X			
02.03.23	REJSEGILDE ny svømmehal	Horsens	X	X	X	X	X	X	X
03.-05.03.23	Vestdanske langbane mesterskaber	Aarhus	Kvalificerede	Kvalificerede					
04.03.23	Midt Øst Begynder Ekstra	Silkeborg							
04.03.23	Midt Øst Cup 4	Aarhus	(X)	(X)	X	X	X	X	
06.03.23	Sportspsykologi i praksis (Sportpsyk.)	Horsens	X	X					
11.-12.03.23	DM kortbane for Masters	AFLYST							X
18.03.23	Tekniktræning (Rygcrawl)	Horsens			X	X	X		
21.03.23	Oplæg om kost for sportsudøvere (Ernæring)	Horsens				X			
24.-26.03.23	Herning Open	Herning		(X)					
05.-09.04.23	Træningslejr (Påskén)	Herning			X				
01.-04.04.23	Danish Open	Bellahøj	Kvalificerede	Kvalificerede	Kvalificerede				
15.04.23	Begynderstævne 3	Aarhus					X		
21.-23.04.23	Vestdanske årgangsmesterskaber	Kolding			Kvalificerede				
22.04.23	DM i bassinlivredning	Vejle	X	X	X	X	X	X	X
22.-23.04.23	Vest børne medley stævne	Haderslev			Kvalificerede	Kvalificerede			
25.04.23	Workshop om en dags mad (Ernæring)	Horsens	X	X					
28.-30.04.23	Hjørring Park Vendia Swim Cup	Hjørring			X	X			
06.05.23	Tekniktræning (Crawl)	Horsens			X	X	X		
10.05.23	Oplæg til trænerne om værdier (Sportpsyk.)	Horsens							
12.-14.05.23	Aarhus Open	Aarhus		X	X				
13.05.23	Midt Øst Cup 5	Hedensted				X	X	X	
23.05.23	Oplæg om kost og øget træning (Ernæring)	Horsens			X				
19.-21.05.23	Danish International Swim Cup	Esbjerg	X	Kvalificerede	Kvalificerede	Kvalificerede	Kvalificerede	X	
28.05.23	Trænings- og udtagelsessamling Livredning	Høll, Vejle							

29.05.23	Beach Extravaganza - Livredning	Høll, Vejle							
10.06.23	Begynderstævne 4	Aarhus					X		
10.-11.06.23	Midsommer Cup	Ikast		(X)		X	X		
17.06.23	Afslutningsstævne	Horsens	X	X	X	X	X	X	
23.06.23	Sidste træning for Årgang B	Horsens				X			
23.06.23	Sidste træning for Årgang C	Horsens					X		
22.-25.06.23	DM Åben klasse Langbane	Ålborg	Kvalificerede	Kvalificerede					
24.06.23	Sidste træning for Årgang A	Horsens			X				
27.-30.06.23	DM Årgang langbane	Holstebro			Kvalificerede				
02.-05.07.23	DM Junior	Gladsaxe		Kvalificerede					
04.-09.07.23	Europæiske junior mesterskaber	Serbien		Kvalificerede	Kvalificerede				
08.-09.07.23	Nordiske Junior Mesterskaber	Sverige		Kvalificerede	Kvalificerede				
14.-30.07.23	VM på langbane	Japan	Kvalificerede						
22.-30.07.23	European Youth Olympic Festival	Slovenien		Kvalificerede					